

抑うつとその関連要因に関する研究 — 第一報：アセスメントツール(日本語版)の検討 —

A study of depression and related factors
— 1 : Investigation of assessment tools in Japanese version —

田中高政、竹尾恵子、七田恵子、小山智史、羽毛田博美、塚田縫子

Takamasa Tanaka, Keiko Takeo, Keiko Shichita, Tomonori Koyama,
Hiromi Haketa, Nuiko Tsukada

キーワード：抑うつ、ストレス、自尊感情、ソーシャルサポート、看護学生

Key words : depression, stress, self-esteem, social-support, nursing students

Abstract

Depression is related to stress, self esteem, social support and the other factors. The purpose of this study is to examine the assessment tools of depression and its related factors. Subjects were 663 nursing students and they were asked to complete four kinds of instruments that had been translated into Japanese. Those instruments were as follows: Rosenberg Self-esteem Scale (RSE), The Center for Epidemiology Studies Depression Scale (CES-D), Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), and The Perceived Stress Questionnaire (PSQ). Internal consistency was examined for each questionnaire. Cronbach's α Coefficiency were ranged from .844 to .996. Exploratory factor analysis (promax rotation analysis) was implemented to investigate the structure of the assessment tools. Statistical analysis demonstrated internal consistency reliability and constructive validity among the question items in each questionnaire. These findings show that these four tools are applicable in the assessment of depression and related factors.

要旨

抑うつはストレスや自尊感情、サポートのあり方などに関連するものと考えられる。本研究の目的はこれら抑うつとその関連要因を評価するための尺度を検討することである。今回はアセスメントツールとして、自尊感情尺度 (RSE)、抑うつ尺度 (CES-D)、ソーシャルサポート尺度 (MSPSS)、ストレス尺度 (PSQ) を取り上げ、バックトランスレーションを経て作成した、自尊感情尺度日本語版 (SEJ)、抑うつ尺度日本語版 (DSJ)、ソーシャルサポート尺度日本語版 (SSJ)、ストレス尺度日本語版 (PSJ) の評価ツールを用いて看護学生 (663 名) に調査を実施した。各日本語版尺度の信頼性係数は $\alpha = .844-.966$ となり、また各尺度の構造を知るためにプロマックス法による因子分析を行い各質問紙の構造を検討した結果、4 つのツールは抑うつとその関連要因の評価尺度として用い得るものといえる。

I. はじめに

1. 研究の背景

抑うつdepressionは、抑うつ気分・悲哀・焦燥を古典的な3大症状とする気分障害mood disorderである。わが国のうつ病の有病率は3～6%、生涯罹患率10%以上であり男性に比べ女性に多く（地域におけるうつ対策検討会、2004）、抑うつ重症エピソード化を予防するための早期発見と早期介入は国際的にも大きな課題となっている。一般的に、自尊感情とソーシャルサポート、ストレスは、抑うつに大きく関連すると思われる。Rosenberg（Rosenberg, 1989）は自尊感情が精神的健康度に影響すると述べ、Cobb（Cobb, 1976）はソーシャルサポートがストレスによる悪影響を和らげると述べている。また育児中の母親は周囲のサポートが多いほど抑うつ状態になりにくく（宮地、1999）、看護学生にとってストレスは抑うつ大きな要因である（Ross, 2005）。

我々はアメリカのKent州立大学のDr. ROSSと抑うつとその関連要因について国際共同研究を行っており、タイ、台湾、アメリカの看護学生を対象にしてデータを収集した。日本での調査にあたり、抑うつとそれに関連する要因として自尊感情、ソーシャルサポート、ストレス認知度を評価する質問紙の日本語版を作成し、その信頼性と内部構造（因子）について検討したので報告する。

2. 文献検討

1) 自尊感情

自尊感情self-esteemは、人が持っている自尊心self-respectや自己受容self-acceptanceなどを含め、自分自身についての感じ方であり、自己概念と結びついている自己の価値と能力の感覚-感情-である（遠藤、19p、2008）。Rosenbergは、自尊感情を特別な対象（自己）に対する肯定的ま

たは否定的な態度であると考え、肯定的な表現5項目と否定的な表現の5項目（逆転項目）でRosenberg Self Esteem Scale（RSE）を作成し、自尊感情の研究にはじめて質問紙法を取り入れた（Rosenberg, 1965）。RSEの日本語版は、山本（山本、1982）や桜井（桜井、2000）によって作成されており、他にも現在5種類の翻訳版が存在する（堀、2004）。これまで多くの研究で使用され、尺度の一次元性や信頼性・妥当性の高さが検証されている。その一方で、翻訳の適切さを疑問視する論文もある（清水、2008）。

2) 抑うつ

抑うつを測定する尺度には自記式尺度として、Beck Depression Inventory(BDI)、Self-Rating Depression Scale(SDS)等が多くの研究で用いられている。今回の調査では、Radloffら（Radloff, 1977）が開発したThe Center for Epidemiology Studies Depression Scale(CES-D)を使用した。CES-DはアメリカのNational Institute of Mental Healthにおいて疫学的に抑うつを研究するために開発され、一般人口中のうつ病のスクリーニング用として有用とされている（Roberts, 1983）。日本では島らが邦訳し（島、1985）、心理検査などで使用されている（島、1998）。質問項目は抑うつに関連した症状で構成され、主な構成要素は抑うつ気分depressed mood、罪責感feeling of guilt、無価値感feeling of worthlessness、無力感feeling of helplessness、絶望感feeling of hopelessness、精神運動性の減退psychomotor retardation、食欲不振loss of appetite、不眠sleep disturbanceである。

3) ソーシャルサポート

Lazarus & Folkmanはソーシャルサポートについて、認知的評価やコーピングに肯定的な影響を与える外的資源であると位置づけた（Lazarus & Folkman, 1984）。ソーシャルサポートは自己を取り巻く周囲のさまざまな人から得られる心

理的あるいは実体的な援助であり、心身の健康や適応状態を高めるという命題の検証をめぐる、これまでに数々の研究が行われている（嶋、2008）。ソーシャルサポートの測定は、サポートの機能（情緒的サポート、情動的サポート、道具的サポート）の観点で作成されることが多いが、今回の調査では「誰からのサポートか」に注目し、Zimetら（Zimet, 1988）が開発したMultidimensional Scale of Perceived Social Support(MSPSS)を使用した。MSPSSの日本語版は、東京都老人総合研究所長期プロジェクト「中年からの老化予防総合的長期追跡研究（TMIG-LISA）心理班」の一環として行われた研究として岩佐が翻訳し、信頼性と妥当性が示されている（岩佐、2007）。

4) ストレス

ストレスの測定はLazarus & Folkmanによる“Stress, Appraisal and Coping”の出版(Lazarus & Folkman, 1984) を契機に、“認知的評価”を根底に据えた認知的構成概念としてのストレスへと研究の焦点が移ってから、多数のストレス関連質問紙尺度が開発されてきた（児玉、2008）。

今回の研究ではLevensteinら（Levenstein, 1993）が開発したThe Perceived Stress Questionnaire (PSQ)を使用した。PSQ尺度は、ストレスと認知されるharassment, overload, irritability, lack of joy, fatigue, worries, tensionの7要素を説明する尺度であるとLevinsteinは述べている。PSQについては、医中誌やメディカルオンラインなどで検索した（2009年10月）が日本での先行研究は確認できず、今回が初めての邦訳と思われる。

Ⅱ. 研究方法

1. 調査対象

看護専門学校2校および看護系大学2校に在籍する看護学生663人を対象とした。対象者の学年は1学年179人（31.1%）、2学年290人（56.2%）、3学年106人（18.1%）、4学年1人（0.2%）であった（表1）。性別は女性516人（88.1%）、男性66人（11.3%）であり（表2）、年齢は平均20.12（SD=2.62）歳だった。

表1. 対象者の学年 (n=576)

Table 1 The Number of Students & Grade by School (n=576)

	A	B	C	D	Total (%)
1st year	78	37	1	63	179 (31.1)
2nd year	84	34	115	57	290 (50.3)
3rd year	70	33	3	0	106 (18.4)
4th year	1	0	0	0	1 (1.0)
Total	233	104	119	120	576 (100.0)

注：A,B,C,D は調査対象の学校を表す。

表2. 対象者の性別 (n=576)

Table 2 The Number of Students by Sex (n=576)

	A	B	C	D	Total (%)
Male	20	9	19	18	66 (11.5)
Female	212	95	100	102	509 (88.4)
Total	232	104	119	120	576 (100.0)

注：A,B,C,D は調査対象の学校を表す。

2. 調査期間

平成20年12月～平成21年6月

3. 調査方法

各学校へ調査協力を依頼し承諾を得て、対象者へ口頭で説明し自記式質問紙を配付した。回答結果は回収用封筒に封印後、直接回収または留め置き法により回収した。看護学生663人に調査票を配付し586人から回答を得た（回収率88.4%）。回答に欠損等があった10人を除外し、計576人を分析調査の対象者とした。

4. 調査内容

1) 自尊感情尺度

Rosenberg Self-Esteem Scale (Rosenberg, 1989) を日本語に翻訳したSEJ (Self Esteem scale for Japanese)を使用した。今回の翻訳では原文の1. On the whole, I am satisfied with myself. 2. At times I think I am no good at all. 3. I feel that I have a number of good qualities. 等を、SEJ 1. だいたいにおいて、自分に満足している。SEJ 2. 自分は全くだめな人間だと思うことがある。SEJ 3. 自分には多くの良いところがある、等とした。桜井(桜井2000)はRosenberg Self-Esteem Scale (Rosenberg, 1965) を翻訳し、1. 私は自分に満足している。2. 私は自分がだめな人間だと思う。3. 私は自分には見どころがあると思う、等としている。SEJは10項目からなり、1（全くそうではない）～4（まったくそうである）の4段階のリッカートスケールである。高得点ほど自尊感情が高いことを示し、10項目の尺度得点は10点～40点である。

2) 抑うつ尺度

The Center for Epidemiology Studies Depression Scale (CES-D) を日本語に翻訳したDSJ (Depression Scale for Japanese) を使用した。原文の1. I was bothered by things that

usually don't bother me. 2. I did not feel like eating; my appetite was poor. 3. I felt that I could not shake off the blues even with help from my family or friends. 等を、今回の翻訳ではDSJ 1. 通常苦にならないことが、今は苦になっている。DSJ 2. 食べる気がしないし、食欲もあまりない。DSJ 3. 家族や友人の助けがあっても気分が晴れない。等とした。島(島1985)の翻訳版では1. 普段は何でもないことが煩わしい。2. 食べたくない。食欲が落ちた。3. 家族や友達から励ましてもらっても、気分が晴れない。等となっている。DSJは20項目で、0（全く無い）～3（いつもある）の4段階のリッカートスケールである。高得点になるほど抑うつ状態が強いことを表し、尺度得点は0点から60点である。

3) ソーシャルサポート尺度

Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) を日本語に翻訳したSSJ (Social Support scale for Japanese) を使用した。原文の1. There is a special person who is around when I am in need. 2. There is a special person with whom I can share my joys and sorrows. 3. My family really tries to help me. 等を、今回の翻訳ではSSJ 1. 私には必要なときそばにいてくれる人がいる。SSJ 2. 私には嬉しいことも悲しいことも分かち合える人がいる。SSJ 3. 私の家族は心底私を助けようとしてくれる、等とした。岩佐(岩佐2007)の翻訳版では1. 私には困ったときにそばにいてくれる人がいる。2. 私には喜びと悲しみを分かち合える人がいる。3. 私の家族は本当に私を助けてくれる。等となっている。SSJは1（全くその通りでない）～7（全くその通りである）の7段階のリッカートスケールであり、12項目から構成されている。高得点ほどソーシャルサポートが多いことを表し、尺度得点の範囲は、12点から84点である。

4) ストレス尺度

The Perceived Stress Questionnaire(PSQ)を日本語に翻訳したPSJ (Perceived Stress scale for Japanese)を使用した。翻訳では原文の 1. You feel rested. 2. You feel that too many demands are being made on you. 3. You are irritable or grouchy. 等を、1. 十分な休養が取れている。2. 過重な要求が自分に課せられていると感じる。3. いらいらしたり、不機嫌になる、等とした。PSJ は30項目で構成され、1（ストレスを全く感じない）～4（ストレスを強く感じる）の4段階のリッカートスケールである。高得点ほどストレスを強く感じていることを示し、尺度得点の範囲は30点から120点である。

上記の各尺度はバックトランスレーションを経て、修正を加え日本語質問紙最終版とした。

加えて、個人属性として① 性別、② 年齢、③ 学年、④ 入学動機、⑤ 抑うつ既往の有無等、⑥ 教育を受けることや人間関係についての考え方、⑦ 年長者を敬う態度、⑧ 気がかりな事等とした。

5. 倫理的配慮

佐久大学研究倫理委員会の承認を受け、倫理的配慮を遵守して調査を行った。

6. 分析方法

統計的解析にはPASW statistics 18 for Windowsを使用した。各尺度については、主成分分析、プロマックス回転による探索的因子分析を行い、各質問紙の構造を検討し因子的妥当性を検証した。さらに各尺度の内的整合性を検討するために、クロンバックの α 係数を算出し信頼性の分析を行った。

Ⅵ. 結果

1. 自尊感情尺度日本語版 (SEJ)

SEJ尺度の信頼性係数クロンバックのアルファは $\alpha = 0.822$ だった（表3）。尺度の内部構造を見るために、プロマックス回転により探索的因子分析を行った。その結果2因子を抽出し、項目内容を検討した結果、第1因子として「ポジティブな自尊心」、第2因子として「ネガティブな自尊

表3. 各尺度の項目数と得点範囲および信頼性係数 (n=576)

Table 3 Four kinds of Questionnaires and Coefficient α			
Question	Number of Items	Range of Score	Cronback α Coefficient
SEJ (RSE)	10	10 - 40	0.822
DSJ (CES-D)	20	0 - 60	0.894
SSJ (MSPSS)	12	12 - 84	0.933
PSJ (PSQ)	30	30 - 120	0.937

SEJ: Self-Esteem Scale for Japanese/ RSE: Rosenberg Self-Esteem Scale
DSJ: Depression Scale for Japanese/ CES-D: The Center for Epidemiology Studies Depression Scale
SSJ: Social Support scale for Japanese/ MSPSS: Multidimensional Scale of Perceived Social Support
PSJ: Perceived Stress scale for Japanese/ PSQ: The Perceived Stress Questionnaire

表4. 自尊感情尺度日本語版 (SEJ) の因子構造 (プロマックス回転後) (n=576)

Table4. Factor Loadings of SEJ (n=576)

	1	2
SEJ 7	0.809	-0.130
SEJ 3	0.787	-0.188
SEJ 4	0.712	-0.106
SEJ 6	0.689	0.195
SEJ 1	0.658	-0.074
SEJ 9	0.649	0.141
SEJ10	0.648	0.012
SEJ 5	0.597	0.256
SEJ 8	-0.254	0.892
SEJ 2	0.375	0.515

Note. SEJ: Self Esteem Scale for Japanese

注：各質問項目の内容は資料1 参照

心」が抽出された (表4)。

4. 抑うつ尺度日本語版 (DSJ)

DSJ 尺度の信頼性係数は $\alpha = 0.894$ だった (表3)。尺度の内部構造を検討するために、プロマックス回転により探索的因子分析を行った。その結果4 因子を抽出し、各因子の項目を検討した結果、第1 因子は「抑うつ気分」、第2 因子は「ポジティブ気分」、第3 因子「無価値感」、第4 因子「身体的症状」を評価する項目であった (表5)。

5. ソーシャルサポート尺度日本語版 (SSJ)

SSJ 尺度の信頼性係数クロンバックのアルファは $\alpha = 0.933$ だった (表3)。尺度の内部構造を検討するために、プロマックス回転により探索的

表5. 抑うつ尺度日本語版 (DSJ) の因子構造 (プロマックス回転後) (n=576)

Table 5. Factor Loadings of DSJ (n=576)

	1	2	3	4
DSJ 6	0.716	0.115	0.027	0.102
DSJ18	0.675	-0.062	0.086	0.132
DSJ17	0.652	-0.264	-0.143	0.243
DSJ 3	0.650	0.148	-0.024	0.090
DSJ13	0.621	0.007	0.115	-0.234
DSJ 7	0.617	0.037	-0.051	0.120
DSJ14	0.594	0.044	0.259	-0.128
DSJ 1	0.591	0.075	0.060	0.159
DSJ10	0.479	-0.050	0.172	0.181
DSJ12	-0.048	0.839	-0.040	0.032
DSJ 8	-0.137	0.790	0.095	0.034
DSJ16	0.129	0.738	0.027	0.000
DSJ 4	0.457	0.513	-0.293	-0.099
DSJ20	-0.291	0.103	0.823	0.183
DSJ19	0.351	-0.105	0.572	-0.089
DSJ15	0.330	-0.006	0.535	-0.303
DSJ 5	0.198	-0.187	0.486	0.124
DSJ 9	0.089	0.272	0.429	0.148
DSJ11	0.046	0.062	0.213	0.704
DSJ 2	0.338	0.003	-0.120	0.607

Note. DSJ: Depresssion Scale for Japanese

注：各質問項目の内容は資料1 参照

表 6. ソーシャルサポート尺度日本語版 (SSJ) の因子構造 (プロマックス回転後) (n=576)

	1	2	3
SSJ12	0.928	0.051	-0.193
SSJ 7	0.899	-0.029	0.019
SSJ 9	0.809	-0.027	0.144
SSJ 6	0.800	-0.052	0.150
SSJ10	0.653	0.117	0.165
SSJ 4	-0.114	0.938	0.093
SSJ 3	-0.108	0.903	0.104
SSJ11	0.188	0.836	-0.111
SSJ 8	0.098	0.770	-0.083
SSJ 1	-0.043	-0.004	0.957
SSJ 5	0.006	0.043	0.846
SSJ 2	0.194	-0.028	0.772

Note. SSJ: Social Support Scale for Japanese

注：各質問項目の内容は資料 1 参照

因子分析を行った。3 因子を抽出し項目内容を検討した結果、第 1 因子は「友人のサポート」、第 2 因子は「家族のサポート」、第 3 因子は「その他の人のサポート」を評価する項目だった (表 6)。

6. ストレス尺度日本語版 (PSJ)

PSJ 尺度の信頼性係数クロンバックのアルファは $\alpha = 0.937$ であった (表 3)。尺度の内部構造を検討するために、プロマックス回転により探索的因子分析を行った。その結果 3 因子を抽出し、第 1 因子「内的要因によるストレス」、第 2 因子「外的要因によるストレス」、第 3 因子「ストレスがない」を抽出した (表 7)。

VII. 考察

1. 自尊感情尺度日本語版 (SEJ) について

清水は構造方程式モデリングにより、ひとつの一般的自尊感情因子と肯定と否定の項目表現の 2 つの特殊因子からなるモデルを報告している (清水、2008)。そのほかの研究でも「積極的な

表 7. ストレス尺度日本語版 (PSJ) の因子構造 (プロマックス回転後) (n=576)

	1	2	3
PSJ 5	0.755	-0.212	0.174
PSJ 3	0.730	-0.104	0.179
PSJ12	0.727	-0.110	0.217
PSJ 6	0.647	0.065	-0.167
PSJ24	0.629	0.135	-0.111
PSJ27	0.621	-0.022	0.215
PSJ28	0.597	0.296	-0.151
PSJ19	0.572	0.332	-0.169
PSJ14	0.563	0.092	-0.230
PSJ26	0.456	0.227	0.216
PSJ20	0.400	0.017	0.337
PSJ 4	-0.200	0.846	0.069
PSJ15	0.066	0.763	0.028
PSJ30	0.052	0.743	-0.110
PSJ16	0.266	0.642	-0.048
PSJ 2	0.333	0.501	-0.136
PSJ18	0.291	0.487	0.106
PSJ22	0.000	0.486	0.207
PSJ 9	0.121	0.481	0.174
PSJ11	0.317	0.477	-0.180
PSJ 8	0.094	0.461	0.312
PSJ 1	-0.163	0.413	0.364
PSJ13	-0.137	0.031	0.815
PSJ 7	-0.065	-0.034	0.736
PSJ25	0.021	0.050	0.710
PSJ21	0.263	-0.152	0.684
PSJ17	0.005	-0.054	0.600
PSJ29	-0.264	0.415	0.446
PSJ10	-0.087	0.095	0.404
PSJ23	0.194	0.250	0.305

Note. PSJ: Perceived Stress Scale for Japanese

注：各質問項目の内容は資料 1 参照

自尊感情の因子」と「消極的な自尊感情の因子」の 2 因子構造を示し、各因子に含まれている項目は同様の意味だった (Kaplan, 1969. Carmines, 1979)。これらから、「ポジティブな自尊心」と「ネガティブな自尊心」の 2 因子から構成される本尺度は、因子の妥当性があることを示唆している。

また非常に高い信頼性係数を示したことから、

SEJの信頼性は示されたと言える。

2. 抑うつ尺度日本語版 (DSJ) について

開発者であるRadloffが主成分分析による因子分析を行った結果、第1因子として「抑うつ Depressed」、第2因子として「ポジティブ感情 Positive」、第3因子として「身体的症状 Somatic」、第4因子として「対人関係 Interpersonal」の4因子構造が示された (Radloff, 1977)。また矢富らは日本の老人の全国サンプルに適用しCES-Dの因子構造について確認的因子分析を行った結果、4因子の構造が適用することを確認したが、日本の老人ではうつ症状とポジティブ感情とは関連しにくく、日本の老人にCES-Dを適用する際にはポジティブ感情を除いて使用すべきではないかと述べている (矢富, 1993)。今回の調査でも、第1因子「抑うつ気分」、第2因子は「ポジティブ気分」、第3因子「無価値感」、第4因子「身体的症状」の4因子構造が確認された。このように先行研究と同様の結果を得たことから、尺度の因子的妥当性が示されたと言える。

また内的整合性の指標であるクロンバックの α 係数は非常に高く、尺度の信頼性は示された。

3. ソーシャルサポート尺度日本語版について

岩佐は主因子法、Harris-Kaiser回転を行い分析した結果、第1因子「家族のサポート」、第2因子「大切な人のサポート」、第3因子「友人のサポート」からなる3因子構造を指摘している (岩佐, 2007)。また他の先行研究でも、Friends、Family、Significant Otherの3因子構造を認めている (Stanley, 1998)。今回の調査でも第1因子「友人のサポート」、第2因子「家族のサポート」、第3因子「その他の人のサポート」の3因子構造を認め、先行研究と同様の結果を得ている。

また内的整合性の指標であるクロンバックの α 係数も高く、尺度の信頼性が示された。

4. ストレス尺度日本語版 (PSJ) について

Fliegeはプロマックス回転による探索的因子分析を行った結果、項目間相関係数が他の項目より低い10項目を削除して、第1因子「worries」、第2因子「tension」、第3因子「joy」、第4因子「demands」の4因子構造を示している (Fliege, 2005)。今回の分析では、第1因子「内的要因によるストレス」がworriesやtensionに、第2因子「外的要因によるストレス」がdemandsに、第3因子「ストレスがない」がjoyに相当すると思われる、上記文献と同様の結果が得られた。

信頼性の検討では非常に高い信頼性係数が得られたことから、尺度の信頼性は保証されたと言える。

5. 尺度の国際比較への有用性

以上の結果から、抑うつに関する国際比較を行う上で、今回日本語版として作成した自尊感情、抑うつ、ソーシャルサポート、ストレスに関する4つの尺度は、日本のデータを収集する際に有用であると思われる。今後はさらに分析をすすめ、検証を行っていく予定である。

VIII. 結論

日本の看護学生を対象に、自尊感情、抑うつ、ソーシャルサポート、ストレスの自己評価尺度日本語版を作成し、調査結果を用いて信頼性を検討した。各尺度は信頼性に優れており、抑うつ状態のアセスメントツールとして有用であると思われる。

謝辞

ご協力いただいた学生および看護学校教員の皆様に、深く感謝致します。

本研究の一部は、平成21年～23年度日本学術

振興会科学研究費補助金「基盤研究 (C)」(課題番号 21592930 研究代表者田中高政) の交付を受けて行われた。

文献

- 岩佐一・権藤恭之、増井幸恵・稲垣宏樹・河合千恵子・大塚理加・小川まどか・高山緑・蘭牟田洋美・鈴木隆雄 (2007). 日本語版「ソーシャルサポート尺度」の信頼性ならびに妥当性—中高年を対象とした検討—, 厚生 の 指 標, 第 54 巻 第 6 号, 26-33.
- 遠藤達雄・井上祥治・蘭千壽 (2008). セルフエスティームの心理学 自己価値の探求. ナカニシヤ出版.
- 児玉昌久 (2008). まえがき, (財) パブリックヘルスリサーチセンター著, ストレススケールガイドブック, 実務教育出版.
- 桜井茂男 (2009). ローゼンバーグ自尊感情尺度日本語版の検討. 発達臨床心理学研究, 第 12 巻, 65-70.
- 島悟・鹿野達男・北村俊則・浅井昌弘 (1985). 新しい抑うつ性自己評価尺度について. 精神医学, 27 (6), 717-723.
- 島悟 (1998). CESD 使用の手引き. 千葉テストセンター. 東京.
- 嶋信宏 (2008). 第 53 章 ソーシャル・サポート評価尺度, 上里一郎監修, 心理アセスメントハンドブック第 2 版, 608-618, 西村書店.
- 清水和秋・吉田昂平 (2008). Rosengerg 自尊感情尺度のモデル化—wording と項目配置の影響の検討—. 関西大学『社会学部紀要』, 第 39 巻 第 2 号, 69-97.
- 地域におけるうつ対策検討会 (2004). 地域におけるうつ対策検討会報告書, 厚生労働省ホームページ, URL : <http://www.mhlw.go.jp/shingi/2004/01/s0126-5b2.html>. (2009. 12. 1)
- 堀啓造 (2004). Rosenberg 日本語訳自尊心尺度の検討, URL : <http://www.ec.kagawa-u.ac.jp/~hori/yomimono/sesteem.html>. (2009. 10. 15)
- 宮地文子、武田文、野崎貞彦 (1999). 3 歳児の母親の抑うつと育児意識およびソーシャルサポートとの関連, 埼玉県立大学紀要, 1, 1-7.
- 矢富直美・Liang J・Krause K・Akiyama H (1993). CES-D による日本老人のうつ症状の測定—その因子構造における文化差の検討—. 社会老年学, 37, 37-47, 1993.
- 山本真理子・松井豊・山成由紀子 (1982). 認知された自己の諸側面の構造, 教育心理学研究, 30, 64-68.
- Carmines EG, Ziller RA. (1979). Reliability and validity assessment. Beverly Hills: Sage. (水野欽司・野嶋栄一郎訳 (1983). テストの信頼性と妥当性, 朝倉書店)
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. Psychosomatic Medicine, 38, 300-314.
- Fliege HF, Rose M, Arck P, Walter OB, Kocalevent RD, Weber C, Klapp BF, (2005). The perceived Stress Questionnaire (PSQ) Reconsidered: validation and Reference Values From Different Clinical and Healthy Adult Samples, Psychosomatic Medicine, 67, 78-88.
- Kaplan, HB., Pokorny AD. (1969). self-derogation and psychosocial adjustment. The Journal of Nervous and Mental Disease, 149, 421-434.
- Lazarus RS, & Folkman S. (1984). Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer
- Levenstein S., Prantera, C., Varvo, V., Scribano, M., Berto, E., Luzi, C., & Andreoli, A. (1993).

- Development of the perceived Stress Questionnaire: A new tool for psychosomatic research. *Journal of Psychosomatic Research*, 37, 19-32.
- Radloff LS, (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in general population. *Applied Psychological Measurement*, 1, 385-401.
- Ross R, Zeller R, Srisaeng P, Yimmee S, Somchid S, Sawatphanit W. (2005). Depression, stress, emotional support, and self-esteem among baccalaureate nursing students in Thailand. *International Journal of Nursing Education Scholarship*, 2(1), article25.
- Roberts RE, Vernon SW. (1983). The Center for Epidemiologic Studies Depression Scale: its use in a community sample. *American Journal of Psychiatry*, 140, 41-46.
- Rosenberg M. (1965). *Society and the Adolescent Self-image*. Princeton: Princeton University Press.
- Rosenberg M. (1989). *Society and the Adolescent Self-image*. Middletown, Connecticut: Wesleyan University Press.
- Stankey MA, Beck JG, Zebb BJ, (1998). Psychometric properties of the MSPSS in older adults. *Aging & Mental Health*, 2(3), 8186-193.
- Zimet GD, Dahlem NW, Zimet SG, et al. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52, 30-41.

資料 1.

1. 自尊感情尺度 (SEJ: Self-Esteem for Japanese)

質問: ここ 1 週間のあなたについて、当てはまるものの番号を○で囲んでください。

1) まったくちがう 2) ちがう 3) そうだ 4) まったくそうだ

SEJ 1. だいたいにおいて、自分に満足している

SEJ 2. 自分は全くだめな人間だと思うことがある※

SEJ 3. 自分には多くの良いところがある

SEJ 4. 自分は物事を人並みにうまくやれる

SEJ 5. 自分には自慢できるところがあまりないと感じる※

SEJ 6. 何かにつけて、自分は役に立たない人間だと思う※

SEJ 7. 自分は価値のある人間であると感じる

SEJ 8. 自分をもっと尊敬できるようになりたい※

SEJ 9. やっぱり自分は、失敗者だと思いがちである※

SEJ 10. 私は自分に対して肯定的である

※逆転項目

2. 抑うつ尺度 (DSJ: Depression Scale for Japanese)

質問: ここ 1 週間のあなたについて、当てはまるものの番号を○で囲んでください。

1) まったくない 2) たまに (1-2 日) 3) かなり (3-4 日) 4) いつも (5-7 日)

DSJ 1. 通常苦にならないことが、今は苦になっている

DSJ 2. 食べる気がしないし、食欲もあまりない

DSJ 3. 家族や友人の助けがあっても気分が晴れない

DSJ 4. 他の人と同じように、気分がいい※

DSJ 5. 自分のしていることに注意を向けるのが難しい

DSJ 6. 気分が落ち込んでいる

DSJ 7. 何もかもすべてがたいへんだった

DSJ 8. 将来に希望を持っている※

DSJ 9. 自分の人生は失敗だった

DSJ 10. 恐ろしい感じがする

DSJ 11. ぐっすり眠れない

DSJ 12. 自分は幸せだと思う※

DSJ 13. いつもより無口だ

DSJ 14. 孤独だと感じる

DSJ 15. 人は自分に友好的でない

DSJ 16. 私は人生を楽しんでいる※

DSJ 17. 私はひどく泣いてしまうことがある

DSJ 18. 悲しいと感じる

DSJ 19. 人は私のことを好きではないと思う

DSJ 20. 私はなかなか行動をおこせない

※逆転項目

3. ソーシャルサポート尺度 (SSJ: Social Support for Japanese)

質問：ここ1週間のあなたについて、当てはまるものの番号を○で囲んでください。

- 1) まったくちがう 2) かなりちがう 3) すこしちがう 4) どちらでもない 5) すこしそうだ
6) かなりそうだ 7) まったくそのとおり

SSJ 1. 私には必要なときそばにいてくれる人がいる

SSJ 2. 私には嬉しいことも悲しいことも分かち合える人がいる

SSJ 3. 私の家族は心底私を助けようとしてくれる

SSJ 4. 私の家族は必要なとき心の支えとなるよう手をさしのべてくれる

SSJ 5. 私にはそばにいて本当に心が安まる人がいる

SSJ 6. 私の友人たちは心から私を助けようとしてくれる

SSJ 7. 私は物事がうまくいかないとき、友人たちが頼りになる

SSJ 8. 私は自分の問題について家族と話し合うことができる

SSJ 9. 私には喜びと悲しみを分かち合える友人がいる

SSJ 10. 私には私の気持ちについて、何かと気遣ってくれる人がいる

SSJ 11. 私の家族は、私が何かを決めるときに、喜んで助けてくれる

SSJ 12. 私は自分の問題について友人たちと話すことができる

4. ストレス尺度 (PSJ: Perceived Stress for Japanese)

質問：ここ1週間のあなたについて、当てはまるものの番号を○で囲んでください。

あなたの気持ちについて 1) ほとんどない 2) ときどき 3) しばしば 4) いつも

PSJ 1. 十分な休養が取れている※

PSJ 2. 過重な要求が自分に課せられていると感じる

PSJ 3. いらいらしたり、不機嫌になる

PSJ 4. やらなければならないことが多すぎる

PSJ 5. 孤独で、孤立していると感じる

PSJ 6. 自分が争いの中にいると思う

PSJ 7. 自分は本当に好きなことをしているのだと感じる※

PSJ 8. 疲れたと感じる

PSJ 9. 目標を達成できないのではないかとと思う

PSJ 10. 自分は平静だと感じる※

PSJ 11. あまりにも多くのことに決断を下さなければならない

PSJ 12. イライラする

PSJ 13. エネルギーにあふれていると感じる※

- PSJ 14. 緊張していると感じる
- PSJ 15. 問題が山積みしていると思う
- PSJ 16. せかされていると感じる
- PSJ 17. 安全で守られていると感じる※
- PSJ 18. 心配事がたくさんある
- PSJ 19. 他の人からプレッシャーを受けている
- PSJ 20. やる気を失っている
- PSJ 21. 自分は楽しく過ごしている※
- PSJ 22. 将来が心配だ
- PSJ 23. 物事はしたくてではなく、やらなければならないからしている
- PSJ 24. 自分は批判され、採点されている
- PSJ 25. 陽気な気分だ※
- PSJ 26. 精神的に疲れている
- PSJ 27. リラックスするのが難しい
- PSJ 28. 思い責任がのしかかっている
- PSJ 29. 自分のための時間が十分ある※
- PSJ 30. 締め切りのプレッシャーを感じる

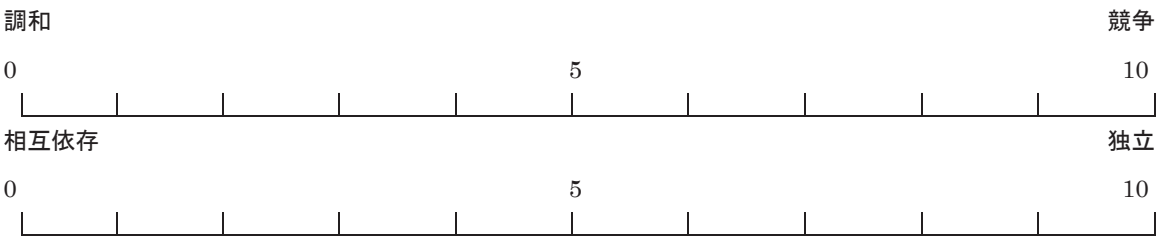
※逆転項目

5. 以下の事柄について、あなたは日ごろどのように考え、行動していますか？ 下記の線上のふさわしい位置に丸印または×印をしてください。

1) 私は教育を受けることはとても大切だと思う。



2) 人間関係について、日ごろ、あなたは以下のどちらを大切にしますか？



3) 日ごろ、年長者をうやまうという態度を重視している。



6. あてはまるものの番号を○で囲むか、数字や文章を入れてください。

- 1) 性別 ① 男 ② 女
- 2) 年齢 () 歳
- 3) 現在大卒資格(学士)を持っていますか? ① はい ② いいえ
- 4) 現在、何学年にいますか? ① ② ③ ④ 学年
- 5) 現在の学校で奨学金を受けましたか? ① はい ② いいえ
- 6) 現在アルバイトをしていますか? ① はい ____時間/週 ② いいえ
- 7) 今の学校を卒業しようと思っていますか? ① はい ② いいえ
- 8) 臨地実習とは別に、臨床経験がありますか?(准看護師、技術職として) ① はい ② いいえ
- 9) 家族状況(配偶者について) ① 独身 ② 既婚 ③ 離婚 ④ 死別
- 10) 子供の有無 ① あり ② なし
- 11) 看護学校/看護大学・学部への入学を誰が決めましたか? ① 自分 ② 親 ③ その他
- 12) どのような動機で看護学校/看護大学・学部へ入りましたか?
① 確実に仕事に就きたいから ② 収入がいいから ③ 親が望んだから
④ ひとを助けることができるから ⑤ その他
- 13) あなたは看護職の地位をどのレベルと考えますか?
① とても高い ② かなり高い ③ やや高い ④ あまり高くない ⑤ まったく高くない
- 14) 過去に、抑うつ状態/うつ気分を経験したことがありますか? ① はい ② いいえ
- 15) 問題に直面したとき、誰にサポートしてもらいますか? 一番頼りにできる人を一人選んでください
① 母 ② 父 ③ 兄弟姉妹 ④ 伴侶 ⑤ 友人 ⑥ 恋人 ⑦ その他
- 16) 二番目に頼れる人は誰ですか?
① 母 ② 父 ③ 兄弟姉妹 ④ 伴侶 ⑤ 友人 ⑥ 恋人 ⑦ その他
- 17) 学校のことは別に、いま何が一番の気がかりですか?
- 18) 17) で述べた気がかりを誰かに話すつもりですか? ① はい ② いいえ
もし「はい」なら、どのように話しますか?
- 19) 看護の勉強でいま一番の気がかりは何ですか?
その気がかりを誰かに話すつもりですか? ① はい ② いいえ
- 20) 上記質問 19) で「はい」なら、どのように話しますか?
上記質問 19) で「いいえ」なら、なぜ話さないのですか?
- 21) その他、あなたの気分や気持ちに関連したこと、個人的な生活、看護教育について、何でも記述してください。